

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil dan analisis pada bab sebelumnya diperoleh kesimpulan yaitu:

*Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* untuk mengatasi kecemasan diri siswa dalam menyetor hafalan Al-Qur'an dinyatakan efektif. Yaitu dengan nilai signifikansi pada uji hipotesis  $0,000 < 0,05$  maka  $H_a$  diterima.

#### **B. Saran**

Saran dari penelitian ini adalah :

1. Guru mata pelajaran dapat memahami bahwa mengatasi kecemasan dengan konseling kelompok *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* itu efektif.
2. Guru Bimbingan dan Konseling dapat menggunakan konseling kelompok *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* untuk mengatasi kecemasan diri siswa.
3. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan melaksanakan konseling untuk mengatasi kecemasan menggunakan konseling kelompok *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* dengan pedoman konseling yang memiliki susunan waktu intervensi pertemuan lebih dari 5 kali agar siswa lebih memahami dengan benar konseling kelompok.